



Associazione Sportiva Dilettantistica

ACROGYM

C.F. 900.17.04.0859 Tel. 347 611 67 81

Fax 0933.93.83.54 e-mail acrogymgela@gmail.com

Via Pisticci n. 10 - 93012 Gela CL

www.ginnasticagela.it

Alle A.S.D. Federate della Regione Sicilia - LORO SEDI

E per quanto di competenza:

Al Comitato Regionale Sicilia F.G.I. -CATANIA

Ai Sigg. Componenti lo Staff Tecnico Regionale F.G.I. Sicilia

LORO INDIRIZZI

Oggetto: TROFEO PRIME GARE Fase Regionale Domenica 02 Marzo ore 09:00

SEDE DI GARA: Palestrone I.T.I.S. (istituto Tecnico Industriale) Via delle Ande, trav. Via Pitagora, sito in c/da Piano Notaro (quartiere Capo Soprano)

ISCRIZIONI: dovranno pervenire **entro Domenica 24 febbraio** 2008, come da art.12.0 P.R, tramite il modello allegato

CLASSIFICHE: di Squadra per ogni fascia di età e per ogni sezione, come da regolamento.

QUOTE D'ISCRIZIONE: come da regolamento. In caso di assenza di un atleta regolarmente iscritto la società è tenuta a pagare la relativa quota.

SCHEDE DI DICHIARAZIONE: come da regolamento federale bisogna presentarsi in gara con le **schede di dichiarazione allegate già compilate** in ogni sua parte.

PROGRAMMA ORARIO

- ❖ **Dalle Ore 08:00 alle Ore 09:20 PROVE LIBERE**
- ❖ **Ore 09:00 Riunione Giuria, Controllo tessere.**
- ❖ **Ore 09:30 Presentazione società e atleti**
- ❖ **Ore 09:55 Inizio gara**
- ❖ **Ore 12:30 Premiazione (l'orario è indicativo)**

Il Presidente

Casabona Carmelo

ISCRIZIONE ALLE GARE FEDERALI

(DA INVIARE SOLO ALL'ENTE ORGANIZZATORE)

Società richiedente: _____		
Via: _____	CAP: _____	Città: _____
Tel: _____	Fax: _____	E-mail: _____

Gara:	TROFEO PRIME GARE		
Sede:	GELA (CL)	Data:	02/03/2008

Sezione	
Maschile	
Femminile	
Ritmica	
Ginnastica x Tutti	X
Aerobica	

Tipo di Gara	
Provinciale	
Regionale	X
Interregionale	
Nazionale	
Altra	

Partecipazione	
Individuale	
Rappresentativa	
Squadra	X

Elenco Ginnasti/e iscritti/e (da indicare tassativamente anche per le gare di squadra o di rappresentanza)

	Cognome	Nome	Attrezzi					Fascia	N. Tesser a	Data di Nascita		
			Corpo libero	Volte ggio	Mini tramp	Trave	Parallele pari					
01												
02												
03												
04												
05												
06												
07												
08												
09												
10												
11												

Allenatori

	Cognome	Nome	Qualifica	N. Tessera
01				
02				

Data:

Firma:

DTRG SICILIA FGI

Direttore Tecnico Regionale

Ginnastica per Tutti

Cell. 347.611.678.1

e-mail dtrg16@federginnastica.it

Fax 0933.93.83.54

LOGISTICA HOTEL E RISTORANTE – GELA

Daniela garden Hotel (4 stelle) via Menta contrada Manfria s.n. GELA Tel/fax 0933.90.90.03 0933.90.94.69. www.danielagardenhotel.it	Hotel Sole via Mare n.32 Tel. 0933.92.52.92 GELA
--	---

		Camera e colazione <u>per persona</u> in camera <u>QUADRUPLA</u>	€ 27,50
Camera e colazione <u>per persona</u> in camera <u>TRIPLA</u>	€ 26,70	Camera e colazione <u>per persona</u> in camera <u>TRIPLA</u>	€ 30,00
Camera e colazione <u>per persona</u> in camera <u>DOPPIA</u>	€ 30,00	Camera e colazione <u>per persona</u> in camera <u>DOPPIA</u>	€ 35,00
Camera e colazione <u>per persona</u> in camera <u>SINGOLA</u>	€ 55,00	Camera e colazione <u>per persona</u> in camera <u>SINGOLA</u>	€ 50,00

Al momento della prenotazione dire che userete la convenzione con la Federazione Ginnastica come da accordi presi col Direttore Tecnico Regionale Prof. Valter Miccichè.

D.T.R.G (Sicilia)
Direttore Tecnico Regionale sez. Generale
Prof. Valter Miccichè



Federazione Ginnastica d'Italia

COMITATO REGIONALE "SICILIA"

Valter Miccichè

DTRGG

Cell. 347.611.678.1

e-mail dtrg16@federginnastica.it

Fax 0933.93.83.54



Spett.le Direttore

Daniela Garden Hotel

Tel.Fax 0933.90.90.03 0933.90.94.69

Oggetto: convenzione tra la vostra struttura alberghiera e il Comitato Regionale Sicilia della F.G.I. (Federazione Ginnastica d'Italia).

Il sottoscritto Valter Miccichè nella qualità di Direttore Tecnico Regionale Ginnastica Generale, con la presente ringrazia per la convenzione stipulata e comunica che gli Istruttori che dovranno pernottare presso il vostro Hotel si metteranno in contatto direttamente con Voi.

Breve riepilogo della convenzione stipulata tra il vostro Hotel e la FGI

Prezzo speciale

Camera singola	€ 55,00 B.B
Camera doppia	€ 60,00 B.B
Camera tripla	€ 80,00
Camera singola	€ 70,00 H.B.
Camera doppia	€ 90,00 H.B.
Camera tripla	€ 115,00

Si ringrazia anticipatamente per la sensibilità con cui le S.S.L.L. vorranno attenzionare la presente richiesta.

Gela ottobre 2007

D.T.R.G (Sicilia)

Direttore Tecnico Regionale sez. Generale

Prof. Valter Miccichè

SCHEDA DICHIARAZIONE ESERCIZI

Torna a Sommario		CORPO LIBERO					
		A	B	C	D	E	F
		0,10	0,20	0,30	0,40	0,50	0,60
1	SALTI ARTISTICI SPINTA UN PIEDE	Salto del gatto	Sfrobiciata tesa (apert. gambe min. 90°)	Fouettée Salto del gatto con 180 a.l.	Enjambée Salto del gatto con 360 a.l.	Enjambée + 90 a.l.	Enjambée cambio
2	SALTI GINNICI SPINTA A DUE PIEDI	Salto in estensione e arrivo in arabesque Sissonne	Cosacco Salto in estensione con raccolta arti inferiori	Salto in estensione con raccolta arti inferiori con 180 a.l.	Cosacco + 180 a.l. Salto carpiato divar. apert. 160	Salto in estensione con 360 a.l.	Salto carpiato divar. apert. 180 Cosacco + enjambée sul posto div. 180
3	PIVOT IN PASSE' E NON	1/2 Giro in passé	1/2 giro gamba libera tesa minimo a 45	1 giro gamba libera tesa	1/2 giro gamba impugnata a 180 1/2 giro gamba libera a 90	1 Giro (360) passé	1 e 1/2 giro (540) passé
4	ACRO 1 AVANTI	Capovolta avanti Verticale e capovolta avanti	Rovesciata avanti Ribaltata a 1	Ribaltata a 2 Kippe	Ribaltata 1 + ribaltata a 2 e salto in estens. Flic Flac avanti	Ribaltata a 2 e Tuffo Ribaltata senza mani	Salto avanti raccolto (anche smezzzato) Ribaltata a 1 + ribaltata 2 e tuffo
5	ACRO 2 INDIETRO E LATERALE	Ruota	2 Ruote Rovesciata indietro	Rondata	Flic flac indietro unito Rondata e salto verticale raccolto	Ruota senza Rondata flic e salto in estensione Rondata e salto indietro raccolto	Rondata flic e salto indietro raccolto
6	ACRO 3 ED ELEMENTI STATICI	1/2 Kippe (Kippe con arrivo a gambe piegate) Squadra in appoggio 2"	Verticale ritta tenuta 2" Staccata frontale 2"	Flic flac indietro smezzzato	Verticale divararicata sagitt. + flic flac smezzzato	Rovesciata indietro + flic flac smezzzato	
7	VERTICALI E CAPOVOLTE VERTICALI	Capovolta indietro Verticale ritta segnata 1"	Capovolta ind. a braccia tese con passag. in verticale Verticale e cambio avanti e/o indietro (180°)	Capovolta ind. a braccia tese con passag. in verticale div. Verticale e cambio avanti e/o indietro (360°)	Capovolta ind. a braccia tese alla verticale ritta segnata 1"	Capovolta avanti verticale di impostazione + capovolta avanti	Verticale di impostazione 2" (partenza bacino al suolo)
G.p.T.		TROFEO PRIME GARE COPPA ITALIA (vedi note per le varie fasce di età) MARE DI GINNASTICA (vedi note per le varie fasce di età)					

Corpo Libero di _____

Cod. Società	<input style="width: 90%;" type="text"/>	Denomin. Società	<input style="width: 98%;" type="text"/>
GARA		FASCIA	CLASSIFICA <small>(Solo per mare di Ginnastica)</small>
Coppa Italia <input type="checkbox"/>		1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/>	Assoluta <input type="checkbox"/>
Mare di Ginn. <input type="checkbox"/>		3 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/>	Specialità 1 Attrezzo <input type="checkbox"/> 2 Attrezzi <input type="checkbox"/>
T. Prime Gare <input type="checkbox"/>		3/4 <input type="checkbox"/>	
Valore di Partenza (V.P.)		Penalità	
<input style="width: 95%;" type="text"/>		<input style="width: 95%;" type="text"/>	
Punteggio Totale		Firma dei Giudici	
<input style="width: 95%;" type="text"/>		<input style="width: 95%;" type="text"/>	

Corpo Libero di _____

Cod. Società	<input style="width: 90%;" type="text"/>	Denomin. Società	<input style="width: 98%;" type="text"/>
GARA		FASCIA	CLASSIFICA <small>(Solo per mare di Ginnastica)</small>
Coppa Italia <input type="checkbox"/>		1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/>	Assoluta <input type="checkbox"/>
Mare di Ginn. <input type="checkbox"/>		3 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/>	Specialità 1 Attrezzo <input type="checkbox"/> 2 Attrezzi <input type="checkbox"/>
T. Prime Gare <input type="checkbox"/>		3/4 <input type="checkbox"/>	
Valore di Partenza (V.P.)		Penalità	
<input style="width: 95%;" type="text"/>		<input style="width: 95%;" type="text"/>	
Punteggio Totale			
<input style="width: 95%;" type="text"/>			

SCHEDA DICHIARAZIONE ESERCIZI

Torna a Sommario		CORPO LIBERO					
		A	B	C	D	E	F
		0,10	0,20	0,30	0,40	0,50	0,60
1	SALTI ARTISTICI SPINTA UN PIEDE	Salto del gatto	Sfrobiciata tesa (apert. gambe min. 90°)	Fouettée Salto del gatto con 180 a.l.	Enjambée Salto del gatto con 360 a.l.	Enjambée + 90 a.l.	Enjambée cambio
2	SALTI GINNICI SPINTA A DUE PIEDI	Salto in estensione e arrivo in arabesque Sissonne	Cosacco Salto in estensione con raccolta arti inferiori	Salto in estensione con raccolta arti inferiori con 180 a.l.	Cosacco + 180 a.l. Salto carpiato divar. apert. 160	Salto in estensione con 360 a.l.	Salto carpiato divar. apert. 180 Cosacco + enjambée sul posto div. 180
3	PIVOT IN PASSE' E NON	1/2 Giro in passé	1/2 giro gamba libera tesa minimo a 45	1 giro gamba libera tesa	1/2 giro gamba impugnata a 180 1/2 giro gamba libera a 90	1 Giro (360) passé	1 e 1/2 giro (540) passé
4	ACRO 1 AVANTI	Capovolta avanti Verticale e capovolta avanti	Rovesciata avanti Ribaltata a 1	Ribaltata a 2 Kippe	Ribaltata 1 + ribaltata a 2 e salto in estens. Flic Flac avanti	Ribaltata a 2 e Tuffo Ribaltata senza mani	Salto avanti raccolto (anche smezzzato) Ribaltata a 1 + ribaltata 2 e tuffo
5	ACRO 2 INDIETRO E LATERALE	Ruota	2 Ruote Rovesciata indietro	Rondata	Flic flac indietro unito Rondata e salto verticale raccolto	Ruota senza Rondata flic e salto in estensione Rondata e salto indietro raccolto	Rondata flic e salto indietro raccolto
6	ACRO 3 ED ELEMENTI STATICI	1/2 Kippe (Kippe con arrivo a gambe piegate) Squadra in appoggio 2"	Verticale ritta tenuta 2" Staccata frontale 2"	Flic flac indietro smezzzato	Verticale divararicata sagitt. + flic flac smezzzato	Rovesciata indietro + flic flac smezzzato	
7	VERTICALI E CAPOVOLTE VERTICALI	Capovolta indietro Verticale ritta segnata 1"	Capovolta ind. a braccia tese con passag. in verticale Verticale e cambio avanti e/o indietro (180°)	Capovolta ind. a braccia tese con passag. in verticale div. Verticale e cambio avanti e/o indietro (360°)	Capovolta ind. a braccia tese alla verticale ritta segnata 1"	Capovolta avanti verticale di impostazione + capovolta avanti	Verticale di impostazione 2" (partenza bacino al suolo)
G.p.T.		TROFEO PRIME GARE COPPA ITALIA (vedi note per le varie fasce di età) MARE DI GINNASTICA (vedi note per le varie fasce di età)					

Corpo Libero di _____

Cod. Società	<input style="width: 90%;" type="text"/>	Denomin. Società	<input style="width: 98%;" type="text"/>
GARA		FASCIA	CLASSIFICA <small>(Solo per mare di Ginnastica)</small>
Coppa Italia <input type="checkbox"/>		1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/>	Assoluta <input type="checkbox"/>
Mare di Ginn. <input type="checkbox"/>		3 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/>	Specialità 1 Attrezzo <input type="checkbox"/> 2 Attrezzi <input type="checkbox"/>
T. Prime Gare <input type="checkbox"/>		3/4 <input type="checkbox"/>	
Valore di Partenza (V.P.)		Penalità	
<input style="width: 95%;" type="text"/>		<input style="width: 95%;" type="text"/>	
Punteggio Totale		Firma dei Giudici	
<input style="width: 95%;" type="text"/>		<input style="width: 95%;" type="text"/>	

Corpo Libero di _____

Cod. Società	<input style="width: 90%;" type="text"/>	Denomin. Società	<input style="width: 98%;" type="text"/>
GARA		FASCIA	CLASSIFICA <small>(Solo per mare di Ginnastica)</small>
Coppa Italia <input type="checkbox"/>		1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/>	Assoluta <input type="checkbox"/>
Mare di Ginn. <input type="checkbox"/>		3 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/>	Specialità 1 Attrezzo <input type="checkbox"/> 2 Attrezzi <input type="checkbox"/>
T. Prime Gare <input type="checkbox"/>		3/4 <input type="checkbox"/>	
Valore di Partenza (V.P.)		Penalità	
<input style="width: 95%;" type="text"/>		<input style="width: 95%;" type="text"/>	
Punteggio Totale			
<input style="width: 95%;" type="text"/>			

MINITRAMPOLINO CON RINCORSA									
GARE	A	B	C	D	E	F	G	H	I
GARE INDIVIDUALI GIMNASTICA	10,60	10,90	11,00	11,20	11,40	11,80	12,00	12,50	13,00
COMPATIALITÀ	10,60	10,90	11,00	11,20	11,40	11,80			
TROFEO PRIME GARE AF	9,50	10,00	10,50	11,00					
TROFEO PRIME GARE AM	10,00	10,50	11,00	11,50					
1 SALT IN POSIZIONE VERTICALE	Pennello Salto ad X	Carpinato divaricato Pennello con 180° AL	Pennello con 360° AL	Pennello con 540° AL	Pennello con 720° AL				
2 SALTICO ARROVIN CAPOVOLTA	Piccolo Tuffo (capovolta saltata)	Tuffo							
3 SALTICO ARROVIN BELLEMANI	Mezza Kippe	Kippe	Flic Flac avanti						
4 SALTICORI			Salto giro avanti Raccolto (Solo Coppa Italia e Mare di Gimastica)	Salto giro avanti Raccolto (Solo Prime Gare) Capinato (Solo Coppa Mare)	Salto giro avanti teso				
5 SALTICORI CON ROTAZIONE IN CORO LONGITUZIONALE					Salto giro avanti teso con 180° AL	Salto giro avanti teso con 180° AL	Salto giro avanti teso con 360° AL	Salto giro avanti teso con 360° AL	Salto giro avanti teso con 360° AL
G.p.T.	Trofeo Prime Gare: tutte le fasce Coppa Italia: 1ª fascia Coppa Italia: 2ª fascia Coppa Italia: 3ª/4ª fascia Mare di Gimastica: 1ª e 2ª fascia Mare di Gimastica: 3ª e 4ª fascia								

Minitrampolino con Rincorsa di _____

Cod. Società	Denomin. Società
GARA	FASCIA
Coppa Italia	1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/>
Mare di Gimm.	3 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/>
T. Prime Gare	3/4 <input type="checkbox"/>
Valore di Partenza (V.P.)	Penalità
Punteggio Totale	Firma dei Giudici

CLASSIFICA (Solo per mare di Gimastica)
Assoluta
Specialità 1 2 3 4
Altrezza 1 2 3 4
Altrezza 1 2 3 4

Minitrampolino con Rincorsa di _____

Cod. Società	Denomin. Società
GARA	FASCIA
Coppa Italia	1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/>
Mare di Gimm.	3 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/>
T. Prime Gare	3/4 <input type="checkbox"/>
Valore di Partenza (V.P.)	Penalità
Punteggio Totale	Firma dei Giudici

CLASSIFICA
Specialità 1 2 3 4
Altrezza 1 2 3 4
Altrezza 1 2 3 4

MINITRAMPOLINO CON RINCORSA									
GARE	A	B	C	D	E	F	G	H	I
GARE INDIVIDUALI GIMNASTICA	10,60	10,90	11,00	11,20	11,40	11,80	12,00	12,50	13,00
COMPATIALITÀ	10,60	10,90	11,00	11,20	11,40	11,80			
TROFEO PRIME GARE AF	9,50	10,00	10,50	11,00					
TROFEO PRIME GARE AM	10,00	10,50	11,00	11,50					
1 SALT IN POSIZIONE VERTICALE	Pennello Salto ad X	Carpinato divaricato Pennello con 180° AL	Pennello con 360° AL	Pennello con 540° AL	Pennello con 720° AL				
2 SALTICO ARROVIN CAPOVOLTA	Piccolo Tuffo (capovolta saltata)	Tuffo							
3 SALTICO ARROVIN BELLEMANI	Mezza kippe	Kippe	Flic Flac avanti						
4 SALTICORI			Salto giro avanti Raccolto (Solo Coppa Italia e Mare di Gimastica)	Salto giro avanti Raccolto (Solo Prime Gare) Capinato (Solo Coppa Mare)	Salto giro avanti teso				
5 SALTICORI CON ROTAZIONE IN CORO LONGITUZIONALE					Salto giro avanti teso con 180° AL	Salto giro avanti teso con 180° AL	Salto giro avanti teso con 360° AL	Salto giro avanti teso con 360° AL	Salto giro avanti teso con 360° AL
G.p.T.	Trofeo Prime Gare: tutte le fasce Coppa Italia: 1ª fascia Coppa Italia: 2ª fascia Coppa Italia: 3ª/4ª fascia Mare di Gimastica: 1ª e 2ª fascia Mare di Gimastica: 3ª e 4ª fascia								

Minitrampolino con Rincorsa di _____

Cod. Società	Denomin. Società
GARA	FASCIA
Coppa Italia	1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/>
Mare di Gimm.	3 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/>
T. Prime Gare	3/4 <input type="checkbox"/>
Valore di Partenza (V.P.)	Penalità
Punteggio Totale	Firma dei Giudici

CLASSIFICA (Solo per mare di Gimastica)
Assoluta
Specialità 1 2 3 4
Altrezza 1 2 3 4
Altrezza 1 2 3 4

Minitrampolino con Rincorsa di _____

Cod. Società	Denomin. Società
GARA	FASCIA
Coppa Italia	1 <input type="checkbox"/> 2 <input type="checkbox"/>
Mare di Gimm.	3 <input type="checkbox"/> 4 <input type="checkbox"/>
T. Prime Gare	3/4 <input type="checkbox"/>
Valore di Partenza (V.P.)	Penalità
Punteggio Totale	Firma dei Giudici

CLASSIFICA
Specialità 1 2 3 4
Altrezza 1 2 3 4
Altrezza 1 2 3 4

SCHEDA DICHIARAZIONE ESERCIZIO

		TRAVE					
		A	B	C	D	E	F
		0,10	0,20	0,30	0,40	0,50	0,60
1	ENTRATE (possibilità di utilizzo della pedana)	Framezzo (gambe piegate o tese) Salire con piedi alternati	Capovolta avanti Salire con piedi alternati arrivo in accosciata	Squadra gambe divaricate 2° Pennello Salire con piedi alternati con 1/2 giro	Pennello + arabesque		Squadra gambe divaricate 1° e salita alla verticale di impostazione
2	SALTI ARTISTICI e serie ginniche spinta 1 piede	Chassè Gatto	Cosacco spinta a un piede Sforbicata tesa	Chassè + sforbicata tesa	Slancio gamba tesa avanti 90° spinta e arrivo sullo stesso piede	Sforbicata tesa apertura gambe > 90° Enjambée	Enjambée+pennello flesso Enjambée+passo+slancio g. avanti 90° +180° arrivo in arab. (prep. Fouettée)
3	SALTI ARTISTICI e serie ginniche spinta 2 piedi	Sissonne Pennello	Pennello raccolto Cosacco	Cosacco + sissonne	Enjambée sul posto (apertura gambe min. 160°)	Salto in estensione ad arco	Salto del gatto + salto in estensione ad arco Enjambée sul posto (apertura min. 180°)
4	GIRI	1/2 giro (180°) su due piedi in relevè	1/2 giro (180 a.l.) in passè	1/2 giro in passè + posè + 1/2 giro in passè Slancio avanti di una gamba + slancio dietro + 1/2 giro in relevè	Slancio avanti di una gamba tesa min. 90° + slancio dietro con 180° di rotazione a.l. arrivo in relevè su due piedi	1/2 giro con gamba tesa min. a 45°	Un giro (360 a.l.) in passè
5	ELEMENTI DI TENUTA statici equilibrio	Mani sulla trave, slancio dietro arti inferiori con "sforbicata" Equilibrio g. tesa 45° av. o laterale 2°	Dalla posiz. accosciata: spinta a piedi uniti per portare il bacino in verticale (a.i. racc.) Orizzontale prona 2°	Dalla posizione accosciata: spinta a piedi uniti in verticale a raccolta e distendere gli a.i. in verticale	Posizione a l 2° apertura 180°	Verticale in divaricata sagittale 1°	Verticale in divaricata sagittale 2° Verticale e discesa in squadra a gambe divaricate
6	ACRO INDIETRO miste	Capovolta indietro (partenza e arrivo liberi) Da in piedi, sedersi e salire in "candela"	Capovolta indietro arrivo in piedi (partenza libera)	Da supini, salire in ponte + rovesciata indietro		Tic Tac	Rovesciata indietro Flic flac smezolato
7	ACRO AVANTI e LATERALE miste	Capovolta avanti (partenza e arrivo liberi) Candela + salto in estensione	Ponte 1°	Capovolta avanti + salto in estensione	Verticale in divaricata sagittale (apert. 180°) + salto in estensione	Rovesciata avanti	Ruota Rovesciata avanti + sissonne
8	USCITE	min. 1 passo presalto battuta a piedi pari: Pennello Salto a X	min. 1 passo presalto battuta a piedi pari: Pennello divaricato carpiato	min. 1 passo pres. batt. p. pari: Pennello raccolto Pennello divaricato con 1/2 giro a.l.	Rondata con appoggio delle mani all'estremità	min. 1 passo presalto battuta a piedi pari: Pennello con 1 giro a.l.	Salto giro avanti (spinta a due piedi) Salto giro indietro (da fermo)
G.p.t.		TROFEO PRIME GARE					
		COPPA ITALIA (vedi note per le varie fasce di età)					
		MARE DI GINNASTICA (vedi note per le varie fasce di età)					

Trave di _____

Cod. Società	Denomin. Società												
<table border="1"> <tr> <th>GARA</th> <th>FASCIA</th> <th>CLASSIFICA</th> </tr> <tr> <td>Coppa Italia</td> <td>1 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 2</td> <td>(Solo per mare di Ginnastica) Assoluta <input type="checkbox"/></td> </tr> <tr> <td>Mare di Ginn.</td> <td>3 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 4</td> <td>Specialità 1 Attrezzo <input type="checkbox"/> 2 Attrezi <input type="checkbox"/></td> </tr> <tr> <td>T. Prime Gare</td> <td>3/4 <input type="checkbox"/></td> <td></td> </tr> </table>		GARA	FASCIA	CLASSIFICA	Coppa Italia	1 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 2	(Solo per mare di Ginnastica) Assoluta <input type="checkbox"/>	Mare di Ginn.	3 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 4	Specialità 1 Attrezzo <input type="checkbox"/> 2 Attrezi <input type="checkbox"/>	T. Prime Gare	3/4 <input type="checkbox"/>	
GARA	FASCIA	CLASSIFICA											
Coppa Italia	1 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 2	(Solo per mare di Ginnastica) Assoluta <input type="checkbox"/>											
Mare di Ginn.	3 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 4	Specialità 1 Attrezzo <input type="checkbox"/> 2 Attrezi <input type="checkbox"/>											
T. Prime Gare	3/4 <input type="checkbox"/>												
Valore di Partenza (V.P.)		Penalità											
Punteggio Totale		Firma dei Giudici											

Trave di _____

Cod. Società	Denomin. Società												
<table border="1"> <tr> <th>GARA</th> <th>FASCIA</th> <th>CLASSIFICA</th> </tr> <tr> <td>Coppa Italia</td> <td>1 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 2</td> <td>Assoluta <input type="checkbox"/></td> </tr> <tr> <td>Mare di Ginn.</td> <td>3 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 4</td> <td>Specialità 1 Attrezzo <input type="checkbox"/> 2 Attrezi <input type="checkbox"/></td> </tr> <tr> <td>T. Prime Gare</td> <td>3/4 <input type="checkbox"/></td> <td></td> </tr> </table>		GARA	FASCIA	CLASSIFICA	Coppa Italia	1 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 2	Assoluta <input type="checkbox"/>	Mare di Ginn.	3 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 4	Specialità 1 Attrezzo <input type="checkbox"/> 2 Attrezi <input type="checkbox"/>	T. Prime Gare	3/4 <input type="checkbox"/>	
GARA	FASCIA	CLASSIFICA											
Coppa Italia	1 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 2	Assoluta <input type="checkbox"/>											
Mare di Ginn.	3 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 4	Specialità 1 Attrezzo <input type="checkbox"/> 2 Attrezi <input type="checkbox"/>											
T. Prime Gare	3/4 <input type="checkbox"/>												
Valore di Partenza (V.P.)		Penalità											
Punteggio Totale													

SCHEDA DICHIARAZIONE ESERCIZIO

		TRAVE					
		A	B	C	D	E	F
		0,10	0,20	0,30	0,40	0,50	0,60
1	ENTRATE (possibilità di utilizzo della pedana)	Framezzo (gambe piegate o tese) Salire con piedi alternati	Capovolta avanti Salire con piedi alternati arrivo in accosciata	Squadra gambe divaricate 2° Pennello Salire con piedi alternati con 1/2 giro	Pennello + arabesque		Squadra gambe divaricate 1° e salita alla verticale di impostazione
2	SALTI ARTISTICI e serie ginniche spinta 1 piede	Chassè Gatto	Cosacco spinta a un piede Sforbicata tesa	Chassè + sforbicata tesa	Slancio gamba tesa avanti 90° spinta e arrivo sullo stesso piede	Sforbicata tesa apertura gambe > 90° Enjambée	Enjambée+pennello flesso Enjambée+passo+slancio g. avanti 90° +180° arrivo in arab. (prep. Fouettée)
3	SALTI ARTISTICI e serie ginniche spinta 2 piedi	Sissonne Pennello	Pennello raccolto Cosacco	Cosacco + sissonne	Enjambée sul posto (apertura gambe min. 160°)	Salto in estensione ad arco	Salto del gatto + salto in estensione ad arco Enjambée sul posto (apertura min. 180°)
4	GIRI	1/2 giro (180°) su due piedi in relevè	1/2 giro (180 a.l.) in passè	1/2 giro in passè + posè + 1/2 giro in passè Slancio avanti di una gamba + slancio dietro + 1/2 giro in relevè	Slancio avanti di una gamba tesa min. 90° + slancio dietro con 180° di rotazione a.l. arrivo in relevè su due piedi	1/2 giro con gamba tesa min. a 45°	Un giro (360 a.l.) in passè
5	ELEMENTI DI TENUTA statici equilibrio	Mani sulla trave, slancio dietro arti inferiori con "sforbicata" Equilibrio g. tesa 45° av. o laterale 2°	Dalla posiz. accosciata: spinta a piedi uniti per portare il bacino in verticale (a.i. racc.) Orizzontale prona 2°	Dalla posizione accosciata: spinta a piedi uniti in verticale a raccolta e distendere gli a.i. in verticale	Posizione a l 2° apertura 180°	Verticale in divaricata sagittale 1°	Verticale in divaricata sagittale 2° Verticale e discesa in squadra a gambe divaricate
6	ACRO INDIETRO miste	Capovolta indietro (partenza e arrivo liberi) Da in piedi, sedersi e salire in "candela"	Capovolta indietro arrivo in piedi (partenza libera)	Da supini, salire in ponte + rovesciata indietro		Tic Tac	Rovesciata indietro Flic flac smezolato
7	ACRO AVANTI e LATERALE miste	Capovolta avanti (partenza e arrivo liberi) Candela + salto in estensione	Ponte 1°	Capovolta avanti + salto in estensione	Verticale in divaricata sagittale (apert. 180°) + salto in estensione	Rovesciata avanti	Ruota Rovesciata avanti + sissonne
8	USCITE	min. 1 passo presalto battuta a piedi pari: Pennello Salto a X	min. 1 passo presalto battuta a piedi pari: Pennello divaricato carpiato	min. 1 passo pres. batt. p. pari: Pennello raccolto Pennello teso con 1/2 giro a.l.	Rondata con appoggio delle mani all'estremità	min. 1 passo presalto battuta a piedi pari: Pennello con 1 giro a.l.	Salto giro avanti (spinta a due piedi) Salto giro indietro (da fermo)
G.p.t.		TROFEO PRIME GARE					
		COPPA ITALIA (vedi note per le varie fasce di età)					
		MARE DI GINNASTICA (vedi note per le varie fasce di età)					

Trave di _____

Cod. Società	Denomin. Società												
<table border="1"> <tr> <th>GARA</th> <th>FASCIA</th> <th>CLASSIFICA</th> </tr> <tr> <td>Coppa Italia</td> <td>1 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 2</td> <td>(Solo per mare di Ginnastica) Assoluta <input type="checkbox"/></td> </tr> <tr> <td>Mare di Ginn.</td> <td>3 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 4</td> <td>Specialità 1 Attrezzo <input type="checkbox"/> 2 Attrezi <input type="checkbox"/></td> </tr> <tr> <td>T. Prime Gare</td> <td>3/4 <input type="checkbox"/></td> <td></td> </tr> </table>		GARA	FASCIA	CLASSIFICA	Coppa Italia	1 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 2	(Solo per mare di Ginnastica) Assoluta <input type="checkbox"/>	Mare di Ginn.	3 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 4	Specialità 1 Attrezzo <input type="checkbox"/> 2 Attrezi <input type="checkbox"/>	T. Prime Gare	3/4 <input type="checkbox"/>	
GARA	FASCIA	CLASSIFICA											
Coppa Italia	1 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 2	(Solo per mare di Ginnastica) Assoluta <input type="checkbox"/>											
Mare di Ginn.	3 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 4	Specialità 1 Attrezzo <input type="checkbox"/> 2 Attrezi <input type="checkbox"/>											
T. Prime Gare	3/4 <input type="checkbox"/>												
Valore di Partenza (V.P.)		Penalità											
Punteggio Totale		Firma dei Giudici											

Trave di _____

Cod. Società	Denomin. Società												
<table border="1"> <tr> <th>GARA</th> <th>FASCIA</th> <th>CLASSIFICA</th> </tr> <tr> <td>Coppa Italia</td> <td>1 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 2</td> <td>Assoluta <input type="checkbox"/></td> </tr> <tr> <td>Mare di Ginn.</td> <td>3 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 4</td> <td>Specialità 1 Attrezzo <input type="checkbox"/> 2 Attrezi <input type="checkbox"/></td> </tr> <tr> <td>T. Prime Gare</td> <td>3/4 <input type="checkbox"/></td> <td></td> </tr> </table>		GARA	FASCIA	CLASSIFICA	Coppa Italia	1 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 2	Assoluta <input type="checkbox"/>	Mare di Ginn.	3 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 4	Specialità 1 Attrezzo <input type="checkbox"/> 2 Attrezi <input type="checkbox"/>	T. Prime Gare	3/4 <input type="checkbox"/>	
GARA	FASCIA	CLASSIFICA											
Coppa Italia	1 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 2	Assoluta <input type="checkbox"/>											
Mare di Ginn.	3 <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> 4	Specialità 1 Attrezzo <input type="checkbox"/> 2 Attrezi <input type="checkbox"/>											
T. Prime Gare	3/4 <input type="checkbox"/>												
Valore di Partenza (V.P.)		Penalità											
Punteggio Totale													

SCHEDA DICHIARAZIONE ESERCIZIO

VOLTEGGIO CON TAPPETONI						
GARE	A	B	C	D	E	F
TROFEO PRIME GARE AF	9,50	10,00	10,50	11,00		
TROFEO PRIME GARE AM	10,00	10,50	11,00	11,50		
COPPA ITALIA	10,60	10,90	11,00	11,20	11,40	11,80
1 RIBALTATA	Framezzo raccolto + pennello Pennello	Tuffo Verticale, e caduta con arrivo supino	Verticale, spinta e arrivo supino Framezzo tesò + pennello	Ribaltata		
2 RONDATA		Ruota	Rondata (con mani a T o 90° di rotazione delle mani) SOLO PER C. ITALIA	Rondata SOLO T. PRIME GARE	Rondata (con rotazione di 180° delle mani)	
3 RONDATA + FLIC-FLAC				Rondata (piedi su pedana) + Pennello (arrivo sui tappetoni)	Rondata (piedi su pedana) + Candela	Rondata (piedi su pedana) + Flic-Flac
G.p.T.	Trofeo Prime Gare: Tutte le Fasce 1^ e 2^ fascia: Tappetoni h 0,60 - 3^/4^ fascia: Tappetoni h 0,80					
	Coppa Italia: 1^ Fascia (Tappetoni h 0,80)					
	Coppa Italia: 2^ Fascia (Tappetoni h 0,80)					
	Coppa Italia: 3^/4^ Fascia (Tappetoni h 0,80)					

Volteggio di _____

Cod. Società Denom. Società

Ricevuta per la segreteria

GARA FASCIA 1 2

Coppa Italia 3 4

T. Prime Gare 3/4

Valore di Partenza (V.P.) Penalità

Punteggio Finale Firma Giudici

Volteggio di _____

Cod. Società Denom. Società

Ricevuta per la società

GARA FASCIA 1 2

Coppa Italia 3 4

T. Prime Gare 3/4

Valore di Partenza (V.P.)

Penalità

Punteggio Finale

SCHEDA DICHIARAZIONE ESERCIZIO

VOLTEGGIO CON TAPPETONI						
GARE	A	B	C	D	E	F
TROFEO PRIME GARE AF	9,50	10,00	10,50	11,00		
TROFEO PRIME GARE AM	10,00	10,50	11,00	11,50		
COPPA ITALIA	10,60	10,90	11,00	11,20	11,40	11,80
1 RIBALTATA	Framezzo raccolto + pennello Pennello	Tuffo Verticale, e caduta con arrivo supino	Verticale, spinta e arrivo supino Framezzo tesò + pennello	Ribaltata		
2 RONDATA		Ruota	Rondata (con mani a T o 90° di rotazione delle mani) SOLO PER C. ITALIA	Rondata SOLO T. PRIME GARE	Rondata (con rotazione di 180° delle mani)	
3 RONDATA + FLIC-FLAC				Rondata (piedi su pedana) + Pennello (arrivo sui tappetoni)	Rondata (piedi su pedana) + Candela	Rondata (piedi su pedana) + Flic-Flac
G.p.T.	Trofeo Prime Gare: Tutte le Fasce 1^ e 2^ fascia: Tappetoni h 0,60 - 3^/4^ fascia: Tappetoni h 0,80					
	Coppa Italia: 1^ Fascia (Tappetoni h 0,80)					
	Coppa Italia: 2^ Fascia (Tappetoni h 0,80)					
	Coppa Italia: 3^/4^ Fascia (Tappetoni h 0,80)					

Volteggio di _____

Cod. Società Denom. Società

Ricevuta per la segreteria

GARA FASCIA 1 2

Coppa Italia 3 4

T. Prime Gare 3/4

Valore di Partenza (V.P.) Penalità

Punteggio Finale Firma Giudici

Volteggio di _____

Cod. Società Denom. Società

Ricevuta per la società

GARA FASCIA 1 2

Coppa Italia 3 4

T. Prime Gare 3/4

Valore di Partenza (V.P.)

Penalità

Punteggio Finale